



* ontmoeten *

* workshops *

* inspiratie *

* muziek *

TROOSTDAG OVER VERLIES & ROUW

In Buurtcentrum De Leeuw

Zaterdag 21 mei van 10.00 - 17.30 uur

Samuel van Houtenstraat 1 (Utrecht Noordoost)

Meer informatie en/of aanmelden: www.trost.nl



Je krijgt er vroeg of laat mee te maken, het verlies van een dierbare. Je moeder, je vader, kind, partner, familielid, vriend of vriendin moeten missen is niet eenvoudig.

Voor iedereen is het verschillend hoe je met dat verlies omgaat en hoe je het leven zonder de ander weer vormgeeft.

Toch kunnen we één ding wel vaststellen: van tijd tot tijd zijn we allemaal gebaat bij troost!

Want liefdevolle aandacht voor verlies en rouw is nodig om verder te kunnen.

Er is aanbod voor iedereen, voor jong én oud.
Alle ruimtes zijn toegankelijk voor minder validen.

Op **zaterdag 21 mei** is er in Buurtcentrum De Leeuw ruimte voor troost, nieuwe ontmoetingen en inspirerende workshops.

Voel je welkom samen met je buurman, een vriendin, je kinderen of in je eentje. Net waar je zin in hebt en net waar je behoefte aan hebt.

Met onder andere:

- Interview met **Mireille van Ark** (hoofdredacteur BNR Nieuwsradio) & **Imran Çinar** (rouw en migratie)
- Diverse **workshops rouw en verlies** (zingen, schrijven, schilderen, theater, vilten, praten)
- **Café Tröst** (muziek, poëzie en ontmoeting)
- **Literaire Lezing & Film**
- **Bakkie Tröst** (koffie en een luisterend oor)

De initiatiefnemers & meer informatie

De organisatie van deze dag ligt bij Stichting Tröst, Humanitas Utrecht, Zin in Utrecht en Dock / Buurtcentrum De Leeuw. Zij willen rouw bespreekbaar maken, bieden een ontmoetingsplek & informatie over hoe om te gaan met rouw en steun aan degenen die direct (of indirect) bij rouw betrokken zijn.

De Troostdag wordt mede mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van de Gemeente Utrecht.



Zin in Utrecht
Centrum voor levensvragen



Gemeente Utrecht

